

※新型コロナウイルス感染拡大の防止のため、一部の相談は電話対応のみとなります。

## 今月の相談

相談は全て無料です。「要予約」のものは事前の申し込みが必要です。詳しくは、お問い合わせください。

相談名	とき	ところ	予約・その他
法律相談	毎週水曜日(祝日は除く)、午後1時～4時 第1・3水曜日(祝日は除く)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室 金剛連絡所	要予約(内線182)、定員6人(第4水曜日は12人) ※1年間で1回利用可。
市民相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分 毎週水曜日(祝日は除く)、午後1時～4時	市役所1階7番窓口 金剛連絡所	電話相談も可(内線182、185) 事前予約、電話相談も可【☎(29)1401】
行政相談	19(木)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室	国への要望や苦情などを行政相談委員に相談 要予約、電話相談も可(内線182)
司法書士相談	17(火)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室	要予約(内線182)、定員6人 ※1年間で1回利用可。
人権なんでも相談	27(金)、午後1時～4時	市役所1階市民相談室	当日電話相談も可(内線187)、人権擁護委員による相談 問い合わせ(内線472)
女性の悩み相談	①12(木)、午前10時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分、②17(火)、午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分、③21(土)、午前9時30分～11時30分、④12/1(火)、午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分	すばるホール3階 男女共同参画センター	電話相談も可、要予約(内線474)、女性カウンセラーによる相談、定員①は4人、②は5人、③は2人、④は5人
人権相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時	市人権協議会 (人権文化センター内)	事前予約、電話相談も可【☎(24)3700】
生活相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時	市人権協議会 (人権文化センター内)	事前予約、電話相談も可【☎(24)3700】
保育士による育児相談	第2・4月曜日(祝日は除く)、午後1時～3時	レインボーホール (市民会館)2階	要予約【☎(26)1233】、定員3組
ひとり親家庭相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分	市役所2階子ども未来室	要予約、電話相談も可(内線204)
家庭児童相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分	市役所2階子ども未来室	電話相談も可(内線206～208、279)
発達相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時15分	市役所2階子ども未来室	要予約、電話相談も可(内線206、279)
子育て相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時	児童館	電話相談のみ【☎(25)0666】
健康相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分	保健センター	要予約【☎(28)5520】、生活習慣病や栄養・禁煙などについての相談
福祉なんでも相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分	総合福祉会館、かがりの郷、市役所2階23番窓口	コミュニティソーシャルワーカーによる福祉に関するあらゆる相談
自立支援相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分	市役所2階23番窓口	電話相談も可(内線274)
市民公益活動相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後9時	市民公益活動支援センター	要予約【☎(26)7887】 ※事前予約により土・日曜日、祝日の相談も可。
農業相談	6(金)、12/4(金)、午後1時～3時	市役所4階農業委員会	事前予約も可(内線431)
商工相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時15分	商工会館2階	経営指導員などによる相談【☎(25)1101】
商工法律相談	10(火)、午後2時～4時	商工会館2階	要予約【☎(25)1101】
日本政策金融公庫相談	11(水)、午後1時30分～3時30分	商工会館2階	要予約【☎(25)1101】
税理士による税務相談	13(金)、午後2時～4時	商工会館2階	要予約【☎(25)1101】
消費生活相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～正午、午後1時～4時	消費生活センター (市役所1階市民相談室横)	電話相談のみ(内線186)、専門相談員による相談、消費者ホットライン【☎(局番なし)188】
就労支援相談	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時	市就労支援センター (人権文化センター内)	就労支援コーディネーターによる雇用・就労についての相談 問い合わせ 市人権協議会【☎(24)3700】
お出かけ就労支援相談	24(火)、午後1時30分～4時	市役所4階A会議室	就労支援コーディネーターによる雇用・就労についての相談 問い合わせ 市人権協議会【☎(24)3700】
若者の就労相談	18(水)、午後1時～4時	市役所4階A会議室	要予約、南河内地域若者サポートステーション【☎(26)9441】
労働相談	12(木)、午後6時～8時	市役所地下904会議室	当日電話相談も可(内線187)、社会保険労務士による相談 ※予約優先(相談日の1週間前までの予約により通訳付きの労働相談も可)。 問い合わせ(内線481)
障がい者就業・生活相談	16(月)、午後2時～5時	市役所1階市民相談室	当日電話相談も可(内線199)、専門相談員による相談 (就職のあっせんはしません) 問い合わせ(内線481)
引きこもり相談	26(木)、午後1時～2時30分、2時30分～4時	T o p i c (きらめき創造館)	要予約【☎(26)8056】、定員各1人、カウンセラーによる相談
進路相談(奨学金)	月～金曜日(祝日は除く)、午前9時～午後5時30分	市役所3階教育指導室	当日電話相談も可(内線364)、水曜日は専門相談員による相談
もの忘れ医療介護相談	4(水)、18(水)、12/2(水)、午後1時30分～2時、2時15分～2時45分	市役所5階 介護認定審査会室	要予約(内線196)、定員各1組、認知症サポート医、ほんわかセンター専門職による相談



## 講座・催し

### 元気アップ運動講座

冬の寒さや風邪などに負けない丈夫なからだづくりをめざしませんか。

**とき** 12月～令和3年2月の毎月第1・3水曜日、午後1時30分～3時(全6回)

**ところ** 人権文化センター

**対象者** 市内在住・在勤・在学の人

**定員** 15人(最少催行人数5人)

**参加費** 無料

**申し込み** 11月18日(水)までに、人権文化センターへ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

### 体力測定会を開催します

市老人クラブ連合会で、体力測定会を開催します。この機会にご自身の体力を測ってみませんか。

**とき** 11月25日(水)、午前10時～正午(午前9時30分～受け付け)

**ところ** 市消防本部

**内容** 体力測定

**対象者** 市内在住で60歳以上の人

**定員** 50人

**参加費** 無料

**持ち物** 上靴、飲み物、筆記用具

※動きやすい服装で参加してください。

**申し込み** 11月9日(月)、午前9時～、市老人クラブ連合会事務局〔☎(25)8261〕へ(申し込み先着順)

### ボディメンテナンス らくらく調整体操2

転倒防止などに効果がある全身のケアを自分でしてみませんか。

**とき** 12月24日(木)、午後2時～3時

**定員** 30人

**参加費** 700円(当日徴収)

**持ち物** 靴下、バスタオル

※動きやすい服装で参加してください。

**ところ** レインボーホール(市民会館)

**申し込み** 11月6日(金)、午前10時～、レインボーホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

### ～関節・筋肉を動かして～ 肩こり・腰痛予防のラジオ体操

1級ラジオ体操指導士が正しい関節・筋肉の使い方を分かりやすく伝えます。

**とき** 11月16日(月)、午後2時～3時30分

**ところ** レインボーホール(市民会館)

**定員** 50人

**参加費** 無料

**持ち物** 上靴、飲み物

※動きやすい服装で参加してください。

**申し込み** 11月6日(金)、午前10時～、レインボーホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

### やってみヨガ!

自分だけの時間をヨガで満喫してみませんか。

**とき** 12月6日(日)、令和3年1月10日(日)、2月7日(日)、①午前10時30分～11時30分、②午後1時30分～3時

**ところ** かがりの郷

**内容** ①いすヨガ、②アロマdeゆるヨガ

**対象者** 市内在住の人

**定員** ①各15人、②各10人

**参加費** 1回600円(当日徴収)

※かがりの郷浴場利用券つき。

**申し込み** 11月6日(金)～、かがりの郷へ(申し込み先着順、電話申し込み不可)



## 相談

### ものわすれ相談会

物忘れなどの気がかりな症状や認知症の予防、認知症の人への対応など、ほんわかセンターの看護職が相談に応じます。タッチパネルパソコンを用いた「ものわすれ健診」も実施します。

**とき** 12月2日(水)、午前10時～11時30分

**ところ** 市役所1階ロビー

**定員** 20人

**参加費** 無料(当日、直接会場へ)

**問い合わせ** 高齢介護課(内線196)



## 募集

### オンライン配信ボランティア募集

トピック(きらめき創造館)の活動紹介や本市を盛り上げる情報発信のために、インターネット動画の撮影・編集のボランティアを募集しています。※活動日など詳しくは、お問い合わせください。

**ところ** トピック

※リモートワークでの活動も可。

**定員** 10人

**対象者** 中学生～おおむね30歳以下の人で、タブレットやパソコンを所有しインターネット環境がある人

**申し込み** 11月6日(金)～、右図のQRコードより申し込みしてください(申し込み先着順)



**問い合わせ** 谷川さん〔☎090(1968)7541〕

### 自衛官などの募集

#### ●高等工科学校生徒

※高校同等教育、修学年限3年、高卒資格取得、特別職国家公務員の身分と待遇。

**応募資格** 日本国籍を有する中卒(見込み含む)～17歳未満の男子

**受付期間** 11月1日(日)～令和3年1月6日(水)

**試験日** 令和3年1月23日(土)

#### ●自衛官候補生

※所要の教育を経て、3カ月後に2等陸・海・空士に任用。

**応募資格** 日本国籍を有する18歳以上33歳未満の人

**受付期間** 随時受け付け

※詳しくは、お問い合わせください。

**問い合わせ** 自衛隊富田林地域事務所〔☎(24)3799〕



## 個人事業税の第2期分納期です

納期限は11月30日(月)ですので、8月に送付している納付書により納めてください。

納付書を破損・紛失した場合は、府税事務所へご連絡ください。

※納付には便利で安心、安全な口座振替制度をご利用ください。

**問い合わせ** 南河内府税事務所(☎25) 1131)



## 講座・催し

### お悩み聴きます! 答えます! 「介護離職しない働き方」

特別な能力やスキルを持っていなくても仕事と介護を両立することはできません。そのためにも、介護に直面しても働き続けられる備えをしていきましょう。内橋 康彦さん(スタート・ケア代表)を講師に招き、皆さんの不安、疑問に答える形で介護離職解決の糸口を見つけます。

**とき** 11月14日(土)、午後1時~3時  
**ところ** Topic(きらめき創造館)  
**定員** 30人 **受講料** 無料  
**申し込み** 11月9日(月)までに、講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、質問を、人権・市民協働課〔内線(474)・Eメール jinken@city.tondabayashi.lg.jp〕へ(申し込み多数の場合抽選、電話・メール申し込み可)

### 認知症介護家族の交流会

「認知症の人の口腔ケア」をテーマとした歯科衛生士による講話、情報交換会を開催します。

**とき** 11月25日(水)、午後1時30分~3時30分  
**ところ** 金剛公民館  
**対象者** 市内在住で認知症の人を介護している家族(認知症の人が市内在住の場合は市外の家族も可)  
※認知症の人もぜひ一緒に参加してください。  
**定員** 20人 **参加費** 無料  
**申し込み** 11月6日(金)~19日(水)に、高齢介護課(内線196)へ(申し込み先着順)

## 認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者である「認知症サポーター」を養成する講座を開催します。

**とき** 12月3日(木)、午後2時~3時  
**ところ** エコール・ロゼ  
**内容** 認知症の基礎知識、認知症の人の心の理解と対応について  
**対象者** 市内在住・在勤で認知症サポーターになることを希望する人  
**定員** 15人  
**受講料** 無料  
**持ち物** 筆記用具

**申し込み** 11月6日(金)~30日(月)に、高齢介護課(内線196)へ(申し込み先着順)

## 認知症サポーター集まれ!

地域で暮らす高齢者や認知症の人を見守る活動について自由に意見交換をする座談会を開催します。

**とき** 12月3日(木)、午後3時15分~4時15分  
**ところ** エコール・ロゼ  
**対象者** 認知症サポーター養成講座を受講したことのある人  
**定員** 15人  
**参加費** 無料

**申し込み** 11月6日(金)~30日(月)に、高齢介護課(内線196)へ(申し込み先着順)

## 盲ろう者通訳・介助者養成研修

盲ろう者のコミュニケーションと移動を支援する「盲ろう者通訳・介助者」として活動する意思のある人を対象に同研修を実施します。

**とき** 12月9日(水)~令和3年3月10日(水)(全16回)  
**ところ** 大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター(大阪市東成区中道一丁目3の59)  
**定員** 60人  
**参加費** 無料(教材費実費)  
**申し込み** 障がい福祉課に備え付けの申込書に必要事項を記入し、11月25日(水)(必着)までに、郵送で☎537-0025 大阪市東成区中道一丁目3の59(社福)大阪障害者自立支援協会(☎06(6748)0589)へ(申し込み多数の場合選考)

## 物忘れ予防教室

**とき** 12月4日~12月25日の毎週金曜日、午前9時45分~11時45分(全4回)  
**ところ** けあばる  
**内容** 認知症に関する講義、認知症予防に役立つ運動や食事、音楽など  
**対象者** 市内在住で65歳以上の人  
**定員** 20人 **参加費** 無料  
**申し込み** 11月24日(水)までに、ウエルネスけあばるへ(電話申し込み可)  
※申し込み多数の場合抽選。ただし、初めて参加される人を優先します。

## ほんわかカフェ in かがりの郷

お茶を飲みながら、介護や認知症の相談をすることができる同カフェを開催します。

**とき** 11月18日(水)、午後1時30分~3時  
**ところ** かがりの郷  
**対象者** 認知症に関心のある人  
**定員** 20人 **参加費** 100円  
**申し込み** 11月6日(金)、午前9時~、かがりの郷へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

## ワンポイント! 介護講習会

**とき** 11月26日(木)、午後2時~3時  
**ところ** 中央公民館喜志分館(レインボーホール(市民会館)内)  
**内容** 着替えの介助とベッドから車いすへの移動・移乗介助をテーマに、介護技術の習得をめざす  
**定員** 10人 **参加費** 無料  
**持ち物** 飲み物  
※動きやすい服装で参加してください。  
**申し込み** 11月24日(水)までに、高齢介護課(内線197)へ(申し込み多数の場合抽選)

## 第37回部落解放富田林教育・人権研究集会

**とき** 12月3日(木)~5日(土)、午前9時~午後9時(5日は午後5時まで)  
**ところ** 人権文化センター  
**内容** 人権パネル展(部落問題の歴史、ハンセン病問題、地域の文化財・歴史資料)  
**参加費** 無料(当日、直接会場へ)  
**問い合わせ** 部落解放富田林教育・人権研究集会事務局(☎(24)3700)



## 福祉

### 献血にご協力を

**とき・ところ** 11月1日(日)、午前10時～午後4時＝エコール・ロゼ、21日(土)、午前10時～午後2時＝喜志小学校、23日(祝)、午前10時～正午、午後1時～4時＝トライアル富田林店  
※献血を受けていただけの条件など詳しくは、お問い合わせください。



**問い合わせ** 市献血推進協議会〔☎(25)8261〕



## 国民年金

### 社会保険料控除証明書が送付されます

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。

その年の1月1日～12月31日に納付した保険料が対象です。社会保険料控除を受けるためには、保険料を納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、今年1月1日～9月30日の間に保険料を納付した人には、11月上旬に日本年金機構より「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。年末調整や確定申告の手続きの際には必ずこの証明書を添付してください。

また、年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日～12月31日の間に初めて保険料を納付した人には、翌年2月上旬に同証明書が送付されます。ご家族の国民年金保険料を納付された場合も本人の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族に送られた同証明書を添付して申告してください。

**問い合わせ** 天王寺年金事務所〔☎06(6772)7531〕

### 出張年金相談

天王寺年金事務所による国民年金と厚生年金に関する同相談を実施します。

**とき・ところ** ①11月12日(休)、午前10時～午後3時30分＝河内長野市役所、②11月25日(休)、午前10時～午後4時＝富田林市役所地下904会議室

**持ち物** 年金手帳、年金証書など基礎年金番号の分かるもの(代理人の場合は委任状)

**申し込み** ①は11月4日(休)～11日(休)、②は11月10日(火)～24日(火)に、天王寺年金事務所〔☎06(6772)7531〕(月～金曜日、午前8時30分～正午、午後1時～5時15分)へ(自動音声ガイド開始後に1番を選択してから2番を選択してください)



## 国民健康保険

### 特定健康診査と特定保健指導を受けましょう

糖尿病・高血圧症・脂質異常症などの生活習慣病と関係が深いメタボリックシンドロームを早期に発見するために、特定健康診査を受けましょう。

また、健診の結果から生活習慣病予防が特に必要な人へ、特定保健指導利用券を送付しています。特定保健指導では、保健師や管理栄養士が、健診結果について、血管の状態がイメージしやすい「構造図」というシートを用いて説明します。特定保健指導をまだ利用されていない人はぜひご利用ください。

**費用** 無料  
**申し込み** 月～金曜日(祝日、年末年始を除く午前9時～午後5時30分)に、保険年金課(内線155)へ

### 保険料納付済額のお知らせの休日特別交付を実施します

令和2年1月以降に国民健康保険料を納められた人で、年末調整や確定申告の際の参考資料として、支払った保険料額を確認したい人を対象に、次のとおり休日特別交付を実施します。

普段、市役所に来ることが難しい人は、この機会にぜひご利用ください。

なお、このお知らせは、市役所業務時間内であれば、保険年金課および金剛連絡所で随時発行できます。

**とき** 11月8日(日)、午前9時～正午  
**ところ** 市役所1階保険年金課(11番窓口)

**費用** 無料  
**持ち物** 運転免許証や健康保険証など本人確認ができるもの  
**問い合わせ** 保険年金課(内線152)



## 税

### 土地の利用変更や家屋の新築・増築、取り壊しをした場合は届け出を

宅地や農地、山林を駐車場や資材置き場などに利用される場合や、元に戻された場合は、課税方法、税額が変わりますので届け出てください。

また、家屋の新築や増築、取り壊しをされた場合も必ず届け出をしてください。

なお、倉庫や物置なども課税の対象となる場合があります。他にも、下表の場合は届出が必要です。

こんなとき	必要な届出
既存の未登記家屋の売買、相続、贈与などにより所有者を変更した	未登記物件納税義務者変更届
固定資産税の所有者が死亡してまだ相続登記していない	相続人のうちから代表納税義務者を選任し、相続人等代表者指定届

いずれも法務局で、土地については地目変更登記、家屋については表題・滅失登記を済まされた場合は必要ありません。

**問い合わせ** 課税課(内線113～116)

### 都市計画税とは

都市計画税は、都市計画事業(下水道、公園、道路などを整備すること)や土地区画整理事業に要する費用に充てるために設けられた目的税です。

令和元年度の都市計画税の歳入額は9億8784万円となりました。

**問い合わせ** 課税課(内線113～116)